

# CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

## 1ª Semana (1º Semestre) / 2024 - Infantil 1 e 2







	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Uva roxa cortadinha sem caroço, Suco de goiaba* *Sem açúcar	Gominhos de Tangerina sem caroço, Bolinho caseiro de laranja, Suco de maracujá* *Sem açúcar	Rodelinhas de banana com chia, Suco de uva integral* *Sem açúcar	Picolé de melancia sem caroço, Sanduíche de frango desfiado, Suco de acerola* *Sem açúcar	Self-service de frutas variadas cortadinhas com aveia, Torradinha integral com requeijão
ALMOÇO	Bife de panela / Tulipa de frango ao molho Feijão preto enriquecido Arroz à grega / Arroz branco Espaguete ao alho e óleo Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> maracujá / goiaba <b>Sobremesa:</b> uva / maçã	Peixe crocante / Iscas de carne ao molho madeira Feijão carioca com abóbora Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> maracujá / limão <b>Sobremesa:</b> tangerina / goiaba	Carne moída com ovo de codorna (à parte) / Filé de frango no char broiler Feijão carioca com abóbora Arroz branco Espaguete integral temperado Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> uva / manga <b>Sobremesa:</b> banana / laranja	Suíno trinchado ao molho / Peito de frango suculento na chapa Feijão preto com espinafre Arroz branco Torta de Cenoura com carne de sol Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> manga / acerola <b>Sobremesa:</b> melancia / maçã	Feijoada light / Iscas de frango na chapa Arroz refogado com couve-manteiga / Arroz branco Farofa refogada com cenoura Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> cajá / laranja <b>Sobremesa:</b> frutas variadas
LANCHE (TARDE)	Maçã cortadinha sem casca, Tapioquinha amanteigada, Suco de Maracujá* *Sem açúcar	Cubinhos de goiaba com granola, Suco de tangerina* *Sem açúcar	Rodelinhas de laranja, Mini carioquinha com ovo mexido, Suco de maracujá* *Sem açúcar	Rodelinhas de banana, Cookie* caseiro com aveia, banana e cacau 70% , Suco de acerola com maracujá* *Sem açúcar	Festival de frutas variadas Acompanhamento: leite em pó e granola, Suco de cajá* *Sem açúcar

### Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado e fornecedor.
- ✓ Para as crianças que não aceitarem a opção do cardápio, teremos como segunda opção frutas variadas, cookie caseiro de banana e aveia e suco sem açúcar.
- ✓ A família terá o feedback da aceitação da refeição programada (lanche/almoço) do aluno via marcação na agendinha, especificando o que o aluno aceitou conforme o cardápio e a quantidade.
- ✓ A Sociedade Brasileira de Pediatria e o Ministério da saúde não recomendam o consumo de açúcar nos dois primeiros anos de vida e, nas outras faixas etárias, o consumo deve ser moderado.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/6 - 12742)**

# CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

## 2ª Semana (1º Semestre) / 2024 - Infantil 1 e 2



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Cubinhos de mamão com aveia, Suco de laranja* *Sem açúcar	Uva roxa cortadinha sem caroço, Sanduíche de queijo coalho crocante, Suco de goiaba*	Rodelinhas de laranja, Bolinho* caseiro mesclado Sem açúcar, Suco de uva	Palitinhos de maçã com uva passas e granola, Suco de maracujá* *Sem açúcar	Colorê de frutas variadas com chia, Minibolinho de banana com aveia, Suco de cajá* *Sem açúcar
ALMOÇO	Bife Italiano / Filé de frango na chapa Spaghetti refogado com brócolis Arroz branco Feijão preto com batata doce Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> maracujá / laranja <b>Sobremesa:</b> mamão / goiaba	Strogonoff de frango / Batata palha Carne de sol desfiada Feijão carioca Farofa de cuscuz Arroz branco Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> acerola / goiaba <b>Sobremesa:</b> uva / maçã	Peixe Crocante / Iscas de frango na chapa Feijão carioca com abóbora Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> uva / cajá <b>Sobremesa:</b> laranja / manga	Churrasco de carne na chapa / Tulipa de frango ao molho Baião de dois Arroz branco Farofa Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> maracujá / uva <b>Sobremesa:</b> maçã / tangerina	Isclas de frango à milanesa / Panqueca de carne ao molho de tomate (à parte) Feijão preto com espinafre Arroz branco Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> tangerina com abacaxi / cajá <b>Sobremesa:</b> banana / melancia
LANCHE (TARDE)	Sorvetinho de goiaba (fruta congelada in natura), Suco de laranja *Sem açúcar	Maçã cortadinha sem casca, Mini cupcake* caseiro com cacau 70%, Suco de acerola *Sem açúcar	Cubinhos de manga, Minicarioca com ovo mexido, Suco de cajá *Sem açúcar	Gominhos de tangerina sem caroço, Suco de uva integral *Sem açúcar	Melancia no palito de picolé, Sorvetinho de abacaxi* *Sem açúcar (polpa batida com água)

### Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado e fornecedor.
- ✓ Para as crianças que não aceitarem a opção do cardápio, teremos como segunda opção frutas variadas, cookie caseiro de banana e aveia e suco sem açúcar.
- ✓ A família terá o feedback da aceitação da refeição programada (lanche/almoço) do aluno via marcação na agendinha, especificando o que o aluno aceitou conforme o cardápio e a quantidade.
- ✓ A Sociedade Brasileira de Pediatria e o Ministério da saúde não recomendam o consumo de açúcar nos dois primeiros anos de vida e, nas outras faixas etárias, o consumo deve ser moderado.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/6 - 12742)**



# CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

## 3ª Semana (1º Semestre) / 2024 - Infantil 1 e 2



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Maçã cortadinha com granola*, Suco de manga* *Sem açúcar	Goiaba, Bolo Caseiro de cacau, Suco de tangerina	Banana, Torradinhas amanteigadas com geleia de fruta, Suco de manga	Manga, Suco de acerola com maracujá	Abacaxi, Bisnaguinha com patê de frango, Suco de cajá
ALMOÇO	Carne moída à brasileira (com milho e azeitona) / Iscas de frango ao forno Feijão preto com cenoura / Arroz branco Espaguete integral temperado Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> manga / goiaba <b>Sobremesa:</b> uva / maçã	Peixe crocante (com farinha panko) / Iscas de carne ao molho escuro Feijão carioca com abóbora Arroz branco Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> tangerina / limão <b>Sobremesa:</b> tangerina / goiaba	Guisadinho de carne com legumes / Tulipa de frango ao forno Feijão carioca com mandioquinha / Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> uva / manga <b>Sobremesa:</b> banana / mamão	Frango ao molho de requeijão / Bife na chapa Feijão preto com espinafre Arroz do Hulk Batata Palito Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> maracujá <b>Sobremesa:</b> picolé de melancia / cubinhos de manga	Feijoada com Linguiça / Filé de frango no char broiler Arroz com cebolinha / Farofa refogada com beterraba Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> cajá / manga <b>Sobremesa:</b> laranja / abacaxi / brigadeiro com farelo de aveia e cacau
LANCHE (TARDE)	Rodelinhas de banana com pedacinhos de uva roxa sem caroço, Suco de goiaba* *Sem açúcar	Gominhos de tangerina sem caroço, Cuscuz com chia e ovo mexido, Suco de goiaba* *Sem açúcar	Mamão no palito de picolé, Bolinho caseiro de banana com aveia*, Suco de uva integral* *Sem açúcar	Picolé de melancia (Fruta in natura), Suco de maracujá* *Sem açúcar	Pedacinhos de laranja, Mini CupCake* caseiro mesclado, Suco de manga* *Sem açúcar

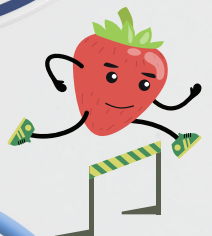
### Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado e fornecedor.
- ✓ Para as crianças que não aceitarem a opção do cardápio, teremos como segunda opção frutas variadas, cookie caseiro de banana e aveia e suco sem açúcar.
- ✓ A família terá o feedback da aceitação da refeição programada (lanche/almoço) do aluno via marcação na agendinha, especificando o que o aluno aceitou conforme o cardápio e a quantidade.
- ✓ A Sociedade Brasileira de Pediatria e o Ministério da saúde não recomendam o consumo de açúcar nos dois primeiros anos de vida e, nas outras faixas etárias, o consumo deve ser moderado.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/6 - 12742)**

# CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

## 4ª Semana (1º Semestre) / 2024 - Infantil 1 e 2



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Sorvetinho* caseiro de goiaba (fruta in natura congelada) *Sem açúcar	Cubinhos de maçã sem casca com aveia, Suco de maracujá* *Sem açúcar	Espetinho de manga em cubinhos, Mini carioca com ovo mexido, Suco de uva integral* *Sem açúcar	Gominhos de tangerina sem caroço, Biscoito de polvilho (Peta) (Batata doce na preparação), Iogurte natural com mel* *Opcional	Picolé de melancia (fruta in natura no palito de picolé), Mini Cupcake* caseiro de laranja, Suco de uva integral* *Sem açúcar
ALMOÇO	Tulipa de frango ao molho / Churrasco de carne no char broiler Baião de dois Arroz branco Farofa enriquecida Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> uva / graviola <b>Sobremesa:</b> abacaxi / mamão	Churrasco de frigideira / Filé de peixe ao molho branco gratinado Feijão preto com batata doce Bolinho de arroz com couve-manteiga / Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> maracujá / goiaba <b>Sobremesa:</b> uva / maçã	Strogonoff de carne / Iscas de frango com legumes refogados Feijão carioca com couve manteiga Arroz integral / Arroz branco Batata frita Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> uva / abacaxi <b>Sobremesa:</b> laranja / manga	Panqueca de frango ao molho branco (à parte) / Carne trinchada Feijão preto com inhame Arroz à grega / Arroz branco Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> maracujá / acerola <b>Sobremesa:</b> mamão / tangerina	Bife ao molho / Iscas de frango à milanesa Feijão carioca com espinafre Arroz refogado com lentilha / Arroz branco Espaguete integral temperado Salada crua e cozida  <b>Suco:</b> tangerina com abacaxi / cajá <b>Sobremesa:</b> banana / melancia
LANCHE (TARDE)	Rodelinhas de abacaxi com uva passas, Sorvetinho de graviola* *Sem açúcar (polpa batida com água)	Espetinho de uva Acompanhamento: granola Sorvetinho* de goiaba (fruta in natura congelada) *Sem açúcar	Rodelinhas de laranja, Torradinha amanteigada com patê de frango, Suco de uva integral* *Sem açúcar	Cubinhos de mamão com aveia e uva passas, Suco de maracujá* *Sem açúcar	Picolé de banana (fruta in natura no palito de picolé), Bolo caseiro* de cenoura, Suco de cajá* *Sem açúcar

### Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado e fornecedor.
- ✓ Para as crianças que não aceitarem a opção do cardápio, teremos como segunda opção frutas variadas, cookie caseiro de banana e aveia e suco sem açúcar.
- ✓ A família terá o feedback da aceitação da refeição programada (lanche/almoço) do aluno via marcação na agendinha, especificando o que o aluno aceitou conforme o cardápio e a quantidade.
- ✓ A Sociedade Brasileira de Pediatria e o Ministério da saúde não recomendam o consumo de açúcar nos dois primeiros anos de vida e, nas outras faixas etárias, o consumo deve ser moderado.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/6 - 12742)**

